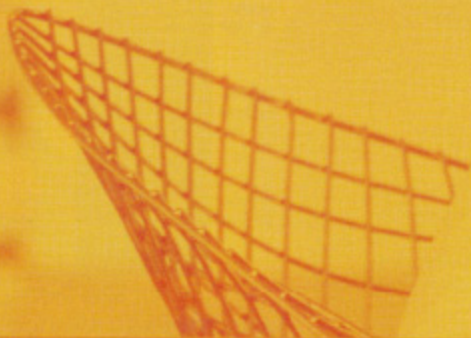


Entre el 30 y el 50% de la población tiene problemas para controlar el gasto, según la Asociación de Estudios Psicológicos y Sociales



Hombres y mujeres hablan por igual

O al menos es lo que sugiere un estudio realizado por la Universidad de Arizona. Según la investigación, publicada recientemente por la revista *Science*,



las mujeres hablan una media de 16.215 palabras al día. Mientras que los hombres utilizan unas 15.669 palabras. Una diferencia que el psicólogo Matthias Mehl, encargado del estudio, considera poco significativa. Rompiendo así el estereotipo de que las mujeres hablan más que los hombres. El equipo de Mehl grabó, durante 6 años, las conversaciones diarias de 400 estudiantes de universidades americanas. Ahora faltaría comprobar si el resultado sería el mismo en otras culturas y grupos de edad.

Una vida sin miedo

Según la antigua tradición tibetana, para alcanzar una vida llena de armonía y paz interior es imprescindible librarse del miedo. Christopher Hansard, a través de reflexiones extraídas de la filosofía Bön, propone explorar los temores que nos limitan e impiden realizar nuestros sueños. El lector se verá capaz de superar todos los miedos a los que se enfrenta. *El arte tibetano de la serenidad*, Christopher Hansard, Ediciones Urano (13 €).

